

近期市内各个小区游泳池“人挤人” 记者请专家教你避免卫生和安全风险

炎炎夏日 这些泳池玩水“攻略”要记好

最近，桂林天气持续炎热，不少市民携家带口到游泳池玩水解暑。记者了解到，市区不少游泳池每天高峰期人员爆满，医院近期也接诊过因游泳池水质造成眼睛、皮肤不适的儿童。市民们该如何选择游泳池？怎么避免一些卫生和安全风险？针对大家关心的问题，记者实地走访了多个小区游泳池，采访了相关部门和专业人士。

选泳池

关注这些数据和指标

高温天气下，小区的游泳池成了大人小孩消暑游玩的首选地，下午5点到傍晚7点是高峰时段。

市卫生计生监督所（以下简称市卫监所）监督二科的刘科长介绍，按照相关规定，游泳场馆在每场开放前应自测余氯、PH值、水温等指标，并在公示牌上进行公示，合格后才能经营。

《公共场所卫生指标及限值要求》国家标准GB37488-2019对上面几个指标有明确要求。其中人工泳池水温一般在23℃至30℃之间，PH值在7.0至7.8之间。游泳场馆池水游离性余氯在0.3~1.0mg/L合格，而浸脚池池水余氯在5~10mg/L合格。余氯浓度过低，起不到消毒效果，过高则会对游泳者的皮肤、呼吸道等产生刺激作用。一般来说，余氯偏高的情况较为少见。

相比“野泳”，泳池游泳的危险更容易被人忽视。根据国家的相关规定，经营泳池场所必须具备《营业执照》，还应办理由卫生部门审批的《卫生许可证》，同时必须取得体育部门颁发的《高危险性体育项目经营许可证》（以下简称《高危证》）等，并在场所显著位置予以公示。救生员是安全的一道重要防线，泳池办理《高危证》要具备多个条件，其中就有救生员人数要求。

“没有《高危证》的小区游泳池是不允许营业的。近日，临桂区兴荣郡小区游泳池就因为没办《高危证》，被临桂区文化广电体育和旅游局责令停止营业。”7月27日，市体育局体育产业管理科科长刘科长接受记者采访时说。

市民怎么选择游泳池呢？刘科长建议市民选择正规的游泳场所。具体来说，先看营业执照、卫生许可证、高危证、从业人员健康证明等信息是否公示在游泳池入口处醒目位置，是否在有效期内。其次看当日水质是否在醒目位置公示，包括PH值、余氯浓度等。

“今年对全市游泳场所例行的专项监督检查结果，预计将在8月中旬公示，届时市民可以到市卫生部门网站和各县区(市)政府网站查看。”刘科长说。

游泳场所水质抽检的检测指标，除了水温、游离性余氯、PH值，还有细菌总量、大肠杆菌、尿素、浑浊度等。其中细菌总数和大肠菌群均属于微生物指标，能反映水质的卫生状况。若是超标，则表明受污染现象严重。泳池中的尿素，一方面来自游泳者在水中偷排小便，另一方面，如果游泳场所管理者换水不及时，尿素就会残留在游泳池里，导致超标，让游泳者的皮肤黏膜受到伤害。游泳池水质浑浊度指标不大于1度，水质越清浑浊度越低。浑浊度超标主要是由于自动水循环不到位引起的，没有及时补充新水，漏用消毒剂、混凝剂等等。

“维护泳池的‘一池净水’，不仅需要加强和完善防控体系，更离不开公众的积极配合。”刘科长表示，市民如果发现小区游泳池的水质有问题，可以拨打市卫监所电话0773-2832951或小区所在辖区的县区卫监所电话投诉举报。

保安全 记着这些方法和技能

泳池并非绝对安全地带。仅在今年，各地报道了多起泳池溺水事故，其中有儿童不幸失去了生命。

市漓江水上搜救志愿者服务中心工作人员马鹰是一位经验丰富的泳者，结合多年游泳经历和参与救人的感受，他总结了以下几点游泳安全提示。

首先，市民游泳要选择有正规资质、良好设施及环境的游泳场所，避免前往临时搭建的廉价戏水场所、野外河流及水库游泳。其次，游泳一般要在饭后40分钟进行，不能空腹或过饱。

每次游泳不能超过2小时，初学者每次不要超过45分钟。

游泳时，市民要清楚自己的身体健康状况，平时就容易抽筋者不宜参加游泳或不要到深水区游泳。要做好下水前的准

水质检测数值 WATER QUALITY TESTING VALUE			
	余氯含量 0.3-0.5mg/L	PH值 6.5-8.5	水温
室内池	0.5	7.0	27°
室外池	0.5	7.5	28°
检测日期:	23年07月26日		天气状况: 晴
检测时间:	09时00分00秒		检测人员:

7月26日，桂林溪府小区的游泳池公示了当天水质检测情况。

备，先活动活动身体，如水温太低应先在浅水处用水淋洗身体，待适应水温后再下水游泳。

结合自己的水性量力而行，下水后不能逞能，不要贸然跳水和潜水。在游泳中，若小腿或脚部抽筋，千万不要惊慌，可用力蹬腿或做跳跃动作，或用力按摩、拉扯抽筋部位，同时呼叫同伴救助。如果突然觉得身体不舒服，如眩晕、恶心、心慌、气短等，要立即上岸，或者以仰泳的姿势等待时机呼救。

马鹰提醒带小孩去游泳的家长，千万要密切关注孩子的情况，不能让孩子独自下水而自己只顾看手机，一个大人也不要同时带两个小孩下水，以免照顾不过来。

避疾病 采取这些个人防护措施

“目前市区约有60个小区游泳池，如果泳池运营方在卫生管理不规范，泳池水质可能不符合卫生要求，就可能引起结膜炎、皮肤病、肠道传染病等介水传染病的发生。”市卫监所监督二科刘科长说。

7月26日，记者询问了市区多家医院，他们表示近期接诊过因游泳池水质造成眼睛、皮肤不适的儿童，其中市妇女儿童医院7月接诊了6个患急性结膜炎（俗称“红眼病”）的儿童，市中医医院7月以来每天都会接诊三四个患急性结膜炎的儿童。

常见的“泳池病”除了“红眼病”，还有咽结合膜热、急性化脓性中耳炎、沙眼等。那怎么做才能避免“泳池病”？

市中医医院眼科主任李梅提醒，游泳池人太多时最好避免前往，身上有伤口最好不要游泳，因为这会增加感染的风险。去游泳应自备毛巾、拖鞋、浴巾等个人物品。下水前要淋浴一下，冲洗掉身上的汗液，以免汗液中的尿素等污染池水。游泳时佩戴好泳帽、防水眼镜、鼻塞、耳塞。在游泳过程中泳镜进水后不要用手直接揉眼，及时用清水冲洗眼睛和泳镜。佩戴泳帽可以防止头发上的污染物进入水体，佩戴泳镜和耳塞可以有效保护眼睛和耳朵。游泳过程中呛水后要及时用清水漱口，游完后也应及时漱口、淋浴等，以降低患皮肤病的风险。

记者邢刚 文/摄



7月25日傍晚，棠棣之华小区的游泳池人员众多。